Dengan dzikir seorang hamba akan mendapatkan pengampunan dan pahala yang sangat besar, sebagaimana firmanNya, artinya, *"… Dan laki-laki dan perempuan yang banyak menyebut (nama) Allah, Allah telah menyediakan untuk mereka ampunan dan pahala yang besar."* (QS. Al-Ahzab: 35)

Dan keberuntungan bagi orang-orang yang banyak berdzikir, *"Dan dzikirlah kepada Allah sebanyak-banyaknya supaya kalian beruntung."* (QS. al-Jumu'ah: 10).

Sungguh dzikir membuat hati seorang hamba menjadi lapang dan bersinar tampa ada kerugian seperti yang terjadi pada orang-orang lalai. Allah ﷻ berfirman, artinya, *"Hai orang-orang yang beriman janganlah harta-harta dan anak-anak kalian melalaikan kalian dari dzikir kepada Allah. Barangsiapa yang berbuat demikian maka mereka itulah orang-orang yang merugi"* (QS. Al-Munafiqun: 9).

Inilah beberapa pilar yang dapat melapangkan hati seorang hamba dari gundah gulananya, yang senantiasa menghimpit dan menghantui perjalanan hidupnya, Kita memohon kepada Allah ﷻ agar senantiasa melapangkan dada dan hati kita, serta menjauhkan diri kita dari keputusasaan dalam menghadapi berbagai problematika kehidupan yang fana ini. Wallahu A'lam.

Sumber:

1. Musnad al-Imam Ahmad
2. *Zaadul Ma'ad* (Ibnu Qoyyim Al-Jauziyah)
3. *Al-Qaulu as-Sadid* (As-Syaikh Abdur Rahman as-Sa'dy).

HADITS NABAWI

Rasulullah ﷺ bersabda, *"Tiga (sifat) yang (apabila) terdapat pada seseorang, niscaya ia akan mendapatkan kelezatan iman: hendaknya Allah dan Rasulnya lebih ia cintai dari yang lainnya, dan hendaknya ia mencintai seseorang, semata-mata hanya karena Allah, serta hendaklah ia benci untuk kembali kepada kekufuran sebagaimana ia benci untuk di lemparkan ke dalam api neraka".*

(HR. al-Bukhari-Muslim).

PENANGGUNG JAWAB: Abu Bakar M. Altway
PEMIMPIN REDAKSI: Khusnul Yaqin, Lc **SIDANG REDAKSI:** Drs. Binawan Sandi, Ahmad Farhan,Lc & Kholif Mutaqin
REDAKTUR PELAKSANA: Muhammad Ruliyandi, Lc **TU dan DISTRIBUSI:** Zainal Abidin
Izin STT Penerbitan Khusus: SK MenPen RI No. 2458/SK/DITJEN PPG/STT/1998.
Bagi Pembaca yang ingin beramal demi kelangsungan buletin ini bisa mengirimkan wesel pos ke **"Infaq An-Nur"** PO. Box. 7289 JKSPM 12072 Jakarta atau transfer ke rekening: 869-0267200 BCA KCU Margonda an. Kholif Mutaqin.

Selesai membaca, berikan kesempatan pada orang lain untuk membacanya

Simpanlah di tempat yang semestinya, mengingat ayat-ayat dan hadits-hadits yang terkandung di dalamnya.

Jangan dibaca ketika Adzan berkumandang dan Khatib berkhutbah

Th. XVII No. 802/ Jum`at III/ Rabiuts Tsani 1432 H/ 25 Maret 2011 M.

AGAR HATI MENJADI LAPANG

Hiruk-pikuk kehidupan dengan berbagai bentuk aktivitas yang terus bergulir tanpa henti bahkan tidak jarang terdapat aral dan rintang-an di dalamnya menghantarkan seorang kepada gundah gulana dan keresahan hati. Namun bagi seorang mukmin sejati, cahaya al-Qur'an dan as-Sunnah adalah penerang jalan menuju kehidupan nan indah dan bahagia yang senantiasa membuat hatinya lapang dan bercahaya.

Hidup dengan hati yang lapang adalah suatu nikmat yang sangat berharga dambaan setiap insan.

Banyak hal dalam tuntunan syari'at Islam yang merupakan tumpuan-tumpuan berpijak bagi seorang hamba agar senantiasa berhati lapang dan bercahaya. Maka berikut ini beberapa pilar yang dapat membuat hati seseorang menjadi lapang yang kami simpulkan dari keterangan Ibnu Qoyyim dan selainnya:

1. Memurnikan Tauhid.

Memurnikan ibadah kepada Allah ﷻ adalah tonggak keselamatan, tujuan dari penciptaan manusia, misi dakwah setiap nabi yang diutus kepada setiap umat dan itulah hakikat dari Islam yang bermakna berserah diri, ikhlas dan tunduk kepadaNya. Maka sangat lah wajar bila memurnikan tauhid adalah hal yang sangat melapangkan dada dan meneranginya, Allah ﷻ berfirman, artinya, *"Maka apakah orang-orang yang dibukakan Allah hatinya untuk (menerima) agama Islam lalu ia mendapat cahaya dari Rabnya (sama dengan orang yang membatu hatinya)? Maka kecelakaan yang besarlah bagi mereka yang telah membatu hatinya untuk mengingat Allah, mereka itu dalam kesesatan yang nyata,"* (QS. Az-Zumar:22).

Dan dengan memurnikan ibadah kepada Allah ﷻ, manusia akan

hidup di bawah naungan keamanan dan kesejahteraan. Sebagaimana firman Allah ﷻ, artinya, *“Orang-orang yang beriman dan tidak mencampuradukkan keimanan mereka dengan kezhaliman (syirik), mereka itulah orang-orang yang mendapat keamanan dan mereka itu adalah orang-orang yang mendapat petunjuk.”* (QS. al-An’am: 82)”.

2. Berpegang teguh terhadap al-Qur’an dan as-Sunnah.

Allah ﷻ menurunkan al- Qur’an sebagai rahmat dan kebahagiaan bagi orang-orang yang beriman. Allah ﷻ berfirman, artinya, *“Dan kami turunkan dari al-Qur’an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan al-Qur’an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zhalim selain kerugian.”* (QS. al-Isra’: 82).

Nabi ﷺ bersabda pula, *“Sungguh saya telah meninggalkan kalian di atas suatu yang sangat putih, malamnya sama dengan siangnya, tidaklah seorangpun menyimpang darinya setelahku kecuali ia akan binasa.”* (HR. Ahmad).

Maka sangatlah lumrah bagi siapa saja yang berpegang teguh dengan tuntunan al-Qur’an dan as-Sunnah hatinya senantiasa lapang dan bersinar, penuh petunjuk dan kebahagiaan tanpa ada kesengsaraan. Sebagaimana firmanNya, artinya, *“Thaahaa, kami tidak menurunkan al-Qur’an kepadamu agar kamu menjadi susah, tetapi sebagai peringatan bagi orang yang takut. (kepada Allah).”* (QS. Thaha: 1-3).

3. Berbekal ilmu syari’at.

Tatkala seluruh kebaikan bagi manusia tercakup dalam ilmu syari’at, maka segala ketenangan dan kebahagiaan manusia sangat bertumpu pada ilmu syari’at. Karena itu Allah ﷻ tidak memerintah NabiNya untuk meminta tambahan nikmat apapun selain dari tambahan ilmu. Allah ﷻ berfirman, artinya, *“Dan katakanlah, ”ya Rabbku, tambahkanlah kepadaku ilmu pengatahuan.”* (QS. Thaha: 114).

Berkata Ibnu Qayyim رحمه الله, “Sesungguhnya ilmu itu melapangkan hati dan meluaskannya, sehingga ia lebih luas dari dunia, sedangkan kejahilan akan mewariskan kesempitan, keterbatasan dan keterkurungan. Semakin luas ilmu seorang hamba, maka hatinyapun akan semakin lapang dan luas. Namun ini bukanlah pada setiap ilmu, tapi hanya pada ilmu yang diwariskan kepada dai ar-Rasul yaitu ilmu yang bermanfaat. Orang-orang yang berilmu (merekalah) yang paling lapang dadanya, paling

luas hatinya, paling indah akhlaknya, dan paling baik kehidupannya.”

4. Kecintaan kepada Allah ﷻ.

Salah satu sifat yang wajib dimiliki oleh seorang hamba yang beriman adalah kecintaannya kepada Allah ﷻ lebih besar dan melebihi kecintaannya kepada seluruh makhluk.

Kecintaan kepada Allah ﷻ tersebut akan menghantarkan seorang hamba menuju kehidupan yang sangat indah, kelapangan hati dan ketenangan jiwa, karena rongga hatinya hanya dipenuhi oleh kecintaan kepada Allah dan ketergantungan padaNya. Wajarlah bila Rasulullah ﷺ bersabda, *“Tiga (sifat) yang (apabila) terdapat pada seseorang, pasti ia akan mendapat kelezatan iman: hendaknya Allah dan Rasulnya lebih ia cintai dari yang lainnya, dan hendaknya ia mencintai seseorang, semata-mata hanya karena Allah, serta hendaklah ia benci untuk kembali kepada kekufuran sebagaimana ia benci untuk di lemparkan ke dalam api neraka”.* (HR. al-Bukhari-Muslim).

5. Senantiasa bertaubat.

Menyadari kekurangan, menyesali kesalahan dan bertaubat kepada yang Maha Pencipta adalah diantara sifat-sifat yang memberikan berbagai keajaiban dalam kehidupan seorang hamba dan sangat menerangi hati serta melapangkan dadanya. Karena itu, sikap senantiasa bertaubat sangat ditekankan dalam tuntunan syariat Islam yang mulia. Allah ﷻ menjamin keberuntungan bagi orang-orang yang bertaubat, sebagaimana firmanNya, artinya, *“Dan bertaubatlah kalian sekalian kepada Allah, hai orang-orang yang beriman supaya kalian beruntung.”* (QS. an-Nur: 31)

Dan sangatlah indah kehidupan orang-orang yang bertaubat, tatkala sifat mulia mereka itu akan memberikan berbagai keutamaan dan kenikmatan serta menjadi sebab kecintaan Allah ﷻ kepadanya. Sebagaimana firmanNya, artinya, *“Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang bertaubat dan menyukai orang-orang yang mensucikan diri.”* (QS. al-Baqarah: 222).

6. Dzikir

Dzikir adalah penyejuk hati dan penenang jiwa, Allah ﷻ berfirman, artinya, *“Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan dzikir kepada Allah. Ingatlah, hanya dengan dzikir kepada Allahlah hari menjadi tentram.”* (QS. ar-Ra’ad: 28).